

MEDITASI MENGENAL DIRI

Krishnamurti Vipassana Meditation

"Maka, Bahiya, berlatihlah demikian: di dalam yang terlihat hanya ada yang terlihat, di dalam yang terdengar hanya ada yang terdengar, di dalam yang tercerap hanya ada yang tercerap, di dalam yang teringat hanya ada yang teringat. ... Bila bagimu [hanya ada itu] ... maka, Bahiya, kamu tidak ada ... Inilah, hanya inilah, akhir dukkha."

[Sang Buddha, dalam Bahiya-sutta]

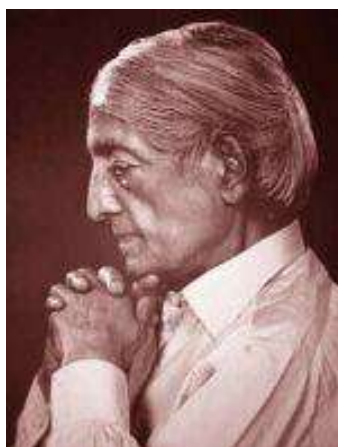


"Then, Bahiya, you should train yourself thus: in the seen, there is only the seen; in the heard, only the heard; in the sensed, only the sensed; in the cognized, only the cognized. ... When for you [there are only those things] ..., then, Bahiya, there is no you ... This, just this, is the end of suffering."

[The Buddha, in Bahiya-sutta]

"Sadar/eling akan seluruh proses eksistensi ini, mengamatinya, tanpa emosi memasukinya, dan bebas darinya, itulah meditasi."

[J. Krishnamurti]



"To be aware of this whole process of existence, to observe it, to dispassionately enter into it, and to be free of it, is meditation."

[J. Krishnamurti]

Bahasa Indonesia



Fans:
4471

English